



Sprint

+

Middle

2025 スキーオリエンテーリング 北海道選手権大会 ＜スプリント + ミドルディスタンス＞ 【日本ランキング対象】 大会プログラム

2024年12月14日（土）

10:00～13:00 受付

10:30～13:00 トレーニングコース

13:30～14:00 テレインへ移動

14:30～16:30 スプリント競技

2024年12月15日（日）

08:00～08:30 受付

08:30～09:00 テレインへ移動

09:30～12:00 ミドルディスタンス競技

主催 北海道オリエンテーリング協会
協賛 (株) アークコミュニケーションズ、(株) サッポロスキッド

運営責任者：笹田京

競技責任者：信原靖

コース設定者：信原靖

スキー等 宅配荷物の受け取り先について

到着後すぐ競技準備をされる方は宅配荷物の発送先を

〒048-1711

北海道虻田郡留寿都村字泉川13番地 ルスツリゾートホテル Tel 0136-46-3331 宛に発送してください。
発送伝票に「スキーオリエンテーリング大会参加」と記載してください。

発送伝票控を忘れずにお持ちになることをおすすめいたします。

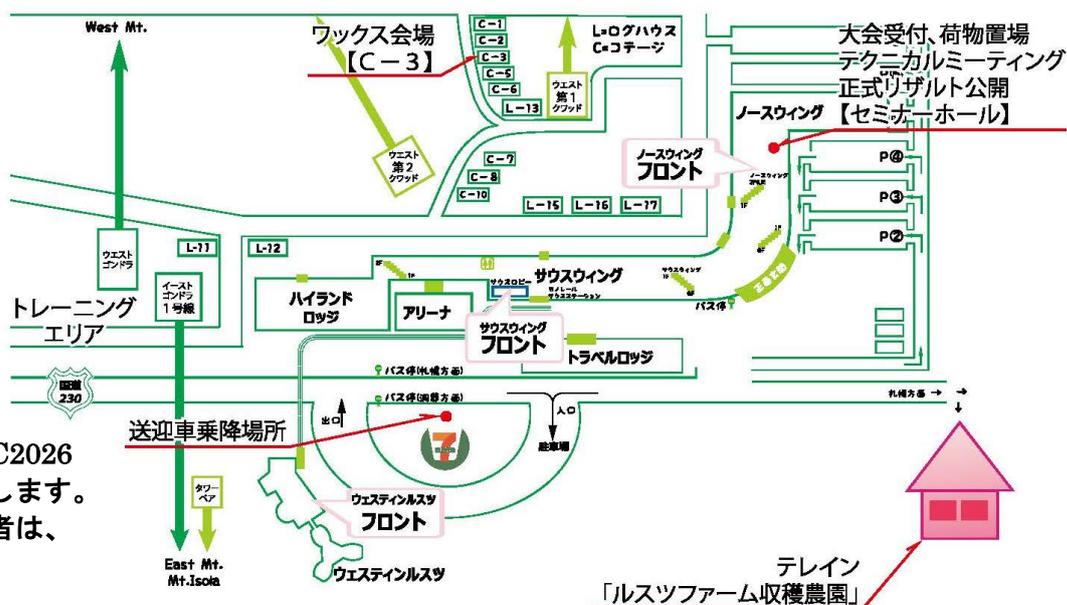
ホテルの入室について

ホテルの入室手続きは運営者がまとめて行います。チェックインの時間は17:00以降、チェックアウトの時間は10:00までです。お荷物はチェックイン前・チェックアウト後も宿泊者専用コインロッカーを利用することができます。またセミナーホールでの保管も可能です。詳しくはフロントスタッフにお尋ねください。

施設図

※トレーニングコースは遊園地内の一部です。スキー場エリア内（特に傾斜部）は滑走禁止です。一般のスキー場利用者と交差しないようにお気をつけください。

※2026年3月開催のWSOC2026の立入禁止エリアが隣接します。関係すると思われる参加者は、ご注意ください



問い合わせ・当日緊急連絡先について

◎大会全般のお問い合わせ

E-mail rusutsuoc(アットマーク)o-hokkaido.com 担当 笹田・信原
電話 080-9324-2390 (受電専用・大会前日から)

◎大会開催の可否等について

本大会は荒天等（視界不良の濃霧、吹雪など）主催者が参加者の安全が確保できないと判断した場合、一部または全部中止もしくは短縮コースになることがあります。

現地のライブカメラ情報: <https://rusutsu.com/live-mountain-cams/>



競技情報

地図 2023/3/5 開催「第12回全日本スキーオリエンテーリング選手権大会<パシュート>」で使用
北海道オリエンテーリング協会作成「泉川2022」を修正リメイク(予定)
ISOM2017に準拠で製作された地図を **ISSskiOM 2019 Revision3** 準拠に変更(予定)

※ 視認性を高めるために一部の色で透過せずに調整をする予定

縮尺: スプリント 1:5,000(予定)

ミドルディスタンス 1:7,500(予定)

等高線間隔 5m A4版 インクジェットプリンター出力

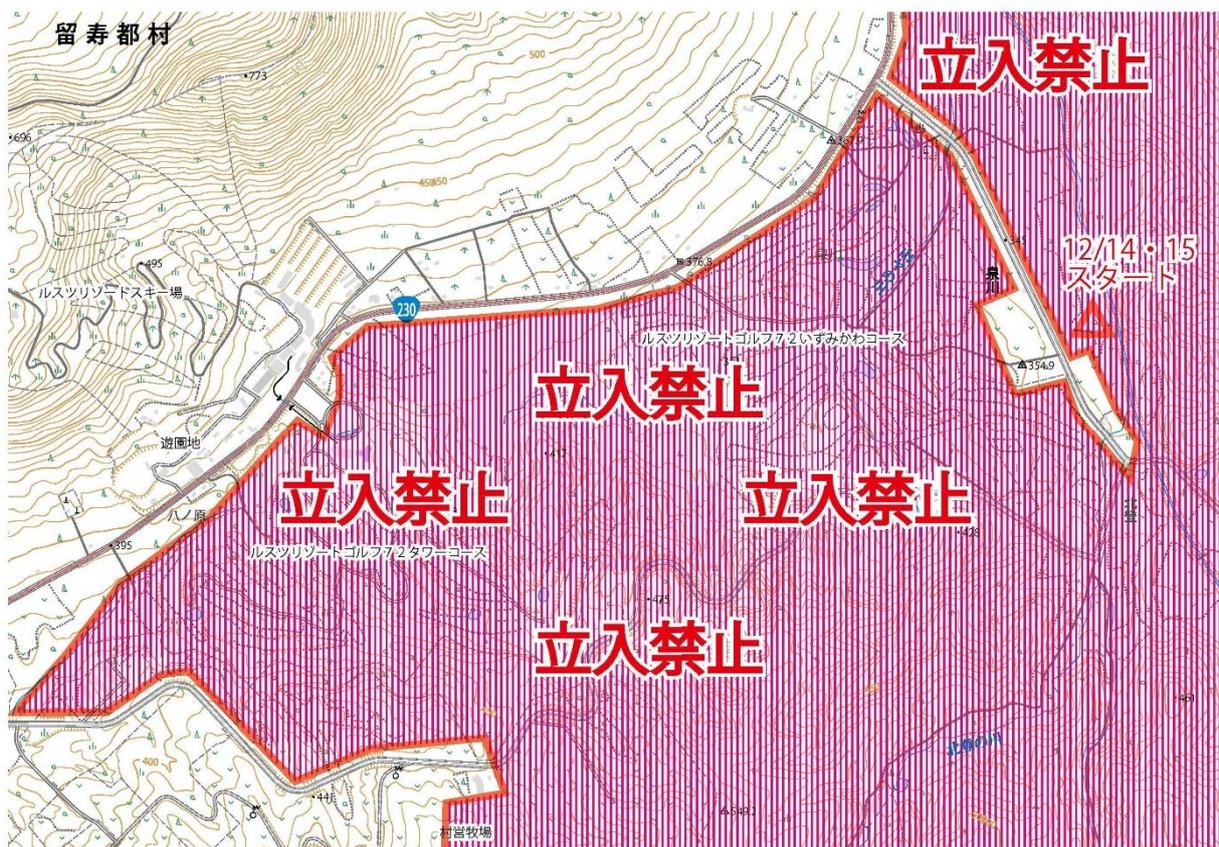
EMIT社製電子式コントロール(タッチフリー・Emitag)使用

トラックの割合(圧雪車圧雪:スノーモービル圧雪:スキー圧雪)は当日発表

通過証明記印具について

- ・本大会ではEMIT社製電子式コントロール(タッチフリー)を使用します。
- ・各コントロール(チェックポイント)に着きましたら、Emitagをコントロール機材にかざし、Emitagのランプが点滅することを確認してください。
- ・Emitagのランプが点滅をしない場合、機材の故障が考えられます。コントロールに設置されているアナログパンチで、地図の余白部分に記印をして通過証明の代わりとしてください。フィニッシュ後に係員に申告をすることで通過証明の確認を行います。
- ・MEとWEの参加者にはEmitagを2個配布します。同じ腕に装着してください。ただしフィニッシュでの読み取りは1つしか行いません。
- ・Emitagにはバックアップラベルはありません。**必ず選手の義務としてEmitagのランプが点滅したことを確認してください。Emitagに通過データが残っておらず、アナログパンチでの通過証明も確認できない場合、救済措置は行われません。**

立入禁止エリア



スケジュール

12月14日(土)

10:00~13:00 大会受付・荷物置場・更衣室 【セミナーホール】

- ・全ての参加者は必ず大会受付をお通りください。
- ・受付はルスツリゾート・ノースウィングの【セミナーホール】です。施設図をご確認ください。
- ・受付ではビブス、電子式コントロールカード等配布物がありますので受け取ってください。参加同意書の提出をお願いします。参加料に不備があった場合、ここで清算していただきます。
- ・コンパス、スキー、マップホルダーのレンタルを希望される方は受付へ申し出てください。返却まで責任をもって保管してください。
- ・公式掲示板を設置しますので必ずご覧ください。
- ・更衣室はノースウィングスキーロッカー内の更衣室をご利用ください。
- ・荷物置場として【セミナーホール】を利用できます。貴重品の管理は各自で行ってください。

10:30~13:00 トレーニングコース開設 【遊園地の一部】

- ・トレーニングコースの参加者は必ず大会受付をお通りください。
- ・トレーニングコースとしてルスツ遊園地内の一部を利用できます。スキー場エリア内(特に傾斜部)の滑走はお控えください。
- ・2026年3月開催のWSOC2026の立入禁止エリアが隣接します。関係すると思われる参加者は、詳細を係員にご確認ください。
- ・コントロールの見本が設置されます。ご確認ください。

13:00~ スタートリスト公開 【セミナーホール】

- ・スプリントのスタートリストを公開します。

13:30~14:00 テレインへ移動

- ・テレインは「ルスツファーム収穫農園」です。ルスツリゾートホテルから約4km離れています。

<https://yahoo.jp/i-MAP2>



- ・ルスツリゾートから「ルスツファーム収穫農園」まで専用の送迎車を準備します。送迎車は、国道230号線沿いにある「セブンイレブン ルスツ高原店」の前から出発します。ご利用される方は、セブンイレブン前から、ルミカルフOC専用電話 080-9324-2390にご連絡ください。
- ・自家用車などでお越しの方は、「ルスツファーム収穫農園」に**自家用車での移動を推奨します**。ただし「ルスツファーム収穫農園」への立入は**13:30~16:30**とし、それ以外の時間帯は**立入禁止とします**。
- ・「ルスツファーム収穫農園」の周囲にはコンビニ等はありません。
- ・「ルスツファーム収穫農園」では、ビニールハウス内の一部を利用出来ます。ただしその中に**暖房はありません**。ブルーシートは敷く予定ですが、ビニールハウス内は地面がむき出しになっています。トイレ(和式)はあります。通電はしていますが、容量が不明のため、アイロン等の利用はできません。大きな「あずまや」程度とご理解ください。

- ・「ルスツファーム収穫農園」にトレイン周辺の過去の地図、およびそれに類する物の持ち込みを**禁止**します。

14:30~15:30 スタート

- ・トップスタートは14:30でタイムスタートです。
- ・「ルスツファーム収穫農園」からスタート地区まで**徒歩で約5分**です。**青色テープの誘導**に従ってください。スタート地区には風雪をしのげる場所はありません。スタート地区に荷物を置くことはできません。スタート地区にトイレはありません。
- ・ウォーミングアップエリアはトレーニングコースおよび「ルスツファーム収穫農園」からスタート地区までの誘導区間のみです。
- ・電子式コントロールカードのない方はスタートできません。スタート地区で再配布はできません。
- ・スタート係員は出走者の呼び出しを行いません。スタート時刻が近づきましたら、スタート枠付近に待機するようにしてください。
- ・スタート3分前になりましたらスタート枠にお入りください。電子式コントロールカードの動作確認を行ってください。
- ・スタート2分前になりましたらスタート枠を1つ進んでください。
- ・スタート1分前になりましたらスタート枠を1つ進み、地図を受け取ってください。このとき地図を見てはいけません。スタート15秒前になりましたら係員が合図しますので地図を見て構いません。各自スタートの準備をしてください。
- ・スタートの合図でスタートをしてください。スタート枠から**赤白テープ誘導**に沿っていくと前方にスタートフラッグがあります。これが地図上でのスタートマーク(△)の位置となります。全走者は必ずテープ誘導に沿ってスタートフラッグを通過してください。スタートフラッグを経由せずにコースに出た選手は失格とします。
- ・遅刻者は係員の指示を受けてください。遅刻者のタイムは正規のスタートタイムより起算して、正規のタイムとして認めます。
- ・**15:30**にスタートを閉鎖します。それ以後の出走は一切認めません。
- ・スタート地区ではウィンブレ輸送を行いません。また、スタート地区に残された荷物について大会係員は一切管理しません。

~16:30 フィニッシュ

- ・最終コントロールからフィニッシュまでは**赤白テープ誘導**です。全走者は必ずテープ誘導に沿ってフィニッシュを通過するようにしてください。
- ・**パンチングフィニッシュ**です。係員の指示に従いコントロールカードの読み取りを行ってください。**地図とビブスを回収**します。コントロールカードは2日間共用になります。
- ・**フィニッシュ閉鎖は16:30**です。競技途中でも16:30までにはフィニッシュに戻ってください。また、途中で棄権する場合も必ずフィニッシュ・本部・救護所などの係員に連絡をしてください。16:30までに帰還確認できない場合には各方面に行方不明者として捜索依頼の連絡をいたします。
- ・質問・苦情等は大会受付にて文書のみ受け付けます。フィニッシュでは受け付けません。
- ・フィニッシュ地区はスタート地区に隣接しています。フィニッシュ後にスタートに置いた荷物を取りに行くことが可能です。
- ・**全クラスとも競技時間は60分**です。競技時間を超えた場合は失格となります。
- ・**フィニッシュした競技者はコース内に立ち入ることはできません**。必要な場合には必ず係員に相談してください。

20:00~20:30 表彰式・テクニカルミーティング 【セミナーホール】

- ・正式リザルトの発表および表彰式を行います。リザルトはWebでも公開する予定です。
- ・テクニカルミーティングを行います。翌日のレースについての質問事項は前ページの「大会全般のお問い合わせ」にE-mailで、20:00までに送信してください。
- ・テクニカルミーティング終了後に、翌日のスタートリストの発表とビブスの配布を行います。
- ・**21:00よりWSOC2026実行委員会【セミナーホール】で開催されます。関係者以外立入禁止となります**のでご注意ください。

08:00~08:30 **大会受付・荷物置場・更衣室 【セミナーホール】**

- ・前日のテクニカルミーティングに参加した選手は、大会受付の通過は不要です。テクニカルミーティングに参加をしていない選手は、必ず大会受付を通過してください。
- ・受付ではビブス、電子式コントロールカード等配布物がありますので受け取ってください。参加同意書の提出をお願いします。参加料に不備があった場合、ここで精算していただきます。
- ・コンパス、スキー、マップホルダーのレンタルを希望される方は受付へ申し出てください。返却まで責任をもって保管してください。
- ・公式掲示板を設置しますので必ずご覧ください。
- ・更衣室はノースウィングスキーロッカー内の更衣室をご利用ください。
- ・荷物置場として【セミナーホール】を利用できます。貴重品の管理は各自で行ってください。

08:00~09:00 **トレーニングコース開設 【遊園地の一部】**

- ・前日に大会受付を通過していない選手は、必ず大会受付を必ず通過してください。
- ・トレーニングコースとしてルスツ遊園地内の一部を利用できます。スキー場エリア内(特に傾斜部)の滑走はお控えください。
- ・2026年3月開催のWSOC2026の立入禁止エリアが隣接します。関係すると思われる参加者は、詳細を係員にご確認ください。
- ・コントロールの見本が設置されます。ご確認ください。

08:30~09:00 **テレインへ移動**

- ・テレインは「ルスツファーム収穫農園」です。ルスツリゾートホテルから約4km離れています。

<https://yahoo.jp/i-MAP2>



- ・ルスツリゾートから「ルスツファーム収穫農園」まで専用の送迎車を準備します。送迎車は、国道230号線沿いにある「セブンイレブン ルスツ高原店」の前から出発します。ご利用される方は、セブンイレブン前から、ルミカルフOC専用電話 080-9324-2390にご連絡ください。
- ・自家用車などでお越しの方は、「ルスツファーム収穫農園」に**自家用車での移動を推奨**します。ただし「ルスツファーム収穫農園」への立入は**08:30~16:00**とし、それ以外の時間帯は**立入禁止**とします。
- ・「ルスツファーム収穫農園」の周囲にはコンビニ等はありません。
- ・「ルスツファーム収穫農園」では、ビニールハウス内の一部を利用出来ます。ただしその中に**暖房はありません**。ブルーシートは敷く予定ですが、ビニールハウス内は地面がむき出しになっています。トイレ(和式)はあります。通電はしていますが、容量が不明のため、アイロン等の利用はできません。大きな「あずまや」程度とご理解ください。
- ・「ルスツファーム収穫農園」にテレイン周辺の過去の地図、およびそれに類する物の持ち込みを**禁止**します。

09:30~10:30 **スタート**

- ・トップスタートは09:30でタイムスタートです。
- ・「ルスツファーム収穫農園」からスタート地区まで**徒歩で約5分**です。**青色テープの誘導**に従ってください。スタート地区には風雪をしのげる場所はありません。スタート地区に荷物を置くことは

- できません。スタート地区にトイレはありません。
- ・ウォーミングアップエリアはトレーニングコースおよび「ルスツファーム収穫農園」からスタート地区までの誘導区間のみです。
 - ・電子式コントロールカードのない方はスタートできません。スタート地区で再配布はできません。
 - ・スタート係員は出走者の呼び出しを行いません。スタート時刻が近づきましたら、スタート枠付近に待機するようにしてください。
 - ・スタート3分前になりましたらスタート枠にお入りください。電子式コントロールカードの動作確認を行ってください。
 - ・スタート2分前になりましたらスタート枠を1つ進んでください。
 - ・スタート1分前になりましたらスタート枠を1つ進み、地図を受け取ってください。このとき地図を見てはいけません。スタート15秒前になりましたら係員が合図しますので地図を見て構いません。各自スタートの準備をしてください。
 - ・スタートの合図でスタートをしてください。スタート枠から**赤白テープ誘導**に沿っていくと前方にスタートフラッグがあります。これが地図上でのスタートマーク(△)の位置となります。全走者は必ずテープ誘導に沿ってスタートフラッグを通過してください。スタートフラッグを経由せずにコースに出た選手は失格とします。
 - ・遅刻者は係員の指示を受けてください。遅刻者のタイムは正規のスタートタイムより起算して、正規のタイムとして認めます。
 - ・**10:30**にスタートを閉鎖します。それ以後の出走は一切認めません。
 - ・スタート地区ではウィンブレ輸送を行いません。また、スタート地区に残された荷物について大会係員は一切管理しません。

～12:00 フィニッシュ

- ・最終コントロールからフィニッシュまでは**赤白テープ誘導**です。全走者は必ずテープ誘導に沿ってフィニッシュを通過するようにしてください。
- ・**パンチングフィニッシュ**です。係員の指示に従いコントロールカードの読み取りを行ってください。**コントロールカードとビブスは回収します**。地図は回収しません。
- ・**フィニッシュ閉鎖は12:00**です。競技途中でも12:00までにはフィニッシュに戻ってください。また、途中で棄権する場合も必ずフィニッシュ・本部・救護所などの係員に連絡をしてください。12:00までに帰還確認できない場合には各方面に行方不明者として捜索依頼の連絡をいたします。
- ・質問・苦情等は大会受付にて文書のみ受け付けます。フィニッシュでは受け付けません。
- ・フィニッシュ地区はスタート地区に隣接しています。フィニッシュ後にスタートに置いた荷物を取りに行くことが可能です。
- ・**全クラスとも競技時間は120分**です。競技時間を超えた場合は失格となります。
- ・**フィニッシュした競技者は12:00までコース内に立ち入ることはできません**。必要な場合には必ず係員に相談してください。

13:00～13:30 正式リザルト公開・表彰式・地図販売 【セミナーホール】

- ・正式リザルトの発表および表彰式を行います。リザルトはWebでも公開する予定です。
- ・MEクラスおよびWEクラスの1位の各選手を、北海道選手権者とします。
- ・地図販売は受付にて13:30より行います。後日郵送となります。
- ・**12:30よりワールドカップ<Round 2 ドイツ>の選手選考委員会【セミナーホール】で開催されます**。**関係者以外立入禁止となります**のでご注意ください。

競技上のご注意とお知らせ

<<スキーオリエンテーリング競技規則>>

- スキーオリエンテーリング大会は（公社）日本オリエンテーリング協会が定める「日本スキーオリエンテーリング競技規則」に準拠いたします。競技種別は全レースポイントオリエンテーリングです。
- ・本大会では、2022年12月4日にJOAより公表された「フッ素系ワックスの使用について」の内容に賛同し、**すべてのフッ素系ワックスの使用を禁止します。**すべてのフッ素系ワックスとは C8/PFOA（ペルフルオロオクタン酸）はもちろん、PFOA を含まない C6、C4 タイプ等のフッ素系ワックスについても、すべて対象となります。
- ・ME と WE では、Emitag を 2 個配布しますが、**正式タイムは 1 個目の読み取りのみとします。**読み取り内容に不備があり、**選手自身が 2 個目の読み取りをアピールした場合**にのみ、2 個目の読み取りを行います。
- ・積雪状況によって、見本のコントロールと設置方法が変更になる場合があります。
- ・競技上における変更事項は公式掲示板にてお知らせいたします。
- ・参加者が自分自身・あるいは第三者に与えた損害・損失等について主催者は一切その責任を負いません。
- ・本大会参加者には傷害保険を付保しておりますのでケガをされた方は大会終了後でも問い合わせ先までお知らせください。ただし、少額ですのでご自身でも保険準備と健康保険証の持参をおすすめします。
- ・本大会はルスツリゾート敷地内にて開催し、主催者は参加者の安全に十分配慮をしますが、厳冬期の異常気象下では怪我などの不運が重なると生命の危険もあり得ることを各自認識し、ホイッスル等を携行し救助準備ができる準備を推奨します。
- ・本大会は最小限の人数で運営しますので、参加者の皆様も円滑に運営進行するようご協力をお願いします。
- ・ゴミは必ず持ち帰ってください。

ワクシングルームの利用について

ルスツリゾートにはワクシングルームが 4 カ所用意されております。

- ① ウェスティン ルスツリゾート 1 階 モノレールステーション横
- ② ノースウィング 2 階、宿泊者用ロッカールーム・更衣室隣接
- ③ サウスウィング 1 階、宿泊者用ロッカールーム・更衣室隣接
- ④ C-3（コテージ 3 番）本大会専用のワックススペース、ワックス台を 1 台準備、24 時間使用可能

トレインプロフィール、コースプロフィール、および過去地図（全体・50%縮小）

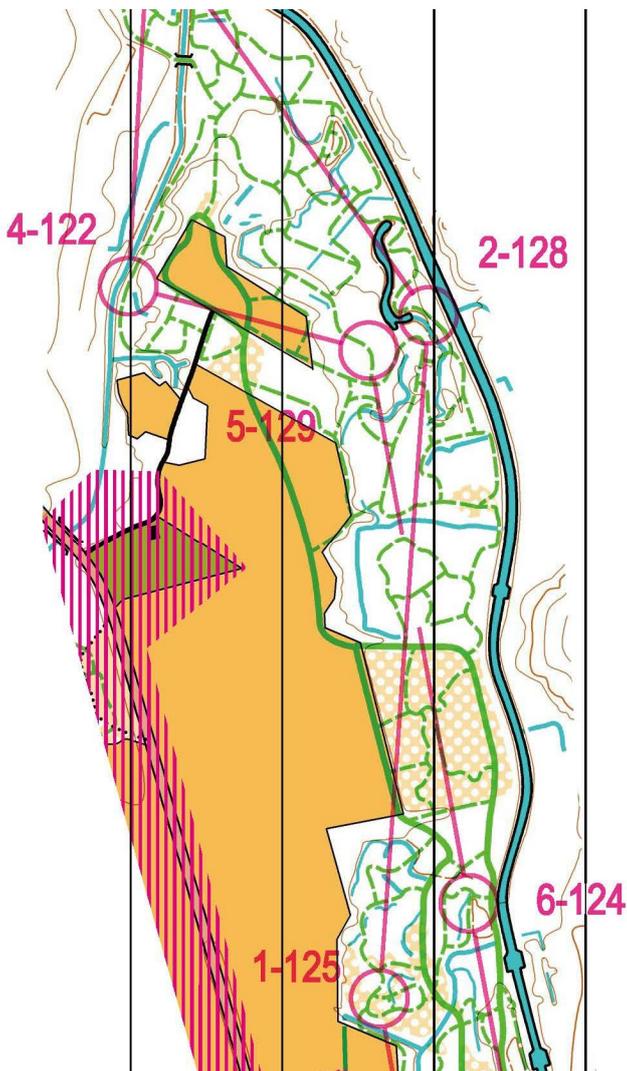
本トレインは、支笏洞爺国立公園のほぼ中間付近の留寿都村の丘陵地帯です。

競技エリアは、河川に沿った荒地と湿地が中心となり、平坦なエリアが多いです。

例年より開催時期が遅いため、積雪量は例年より多いですが、下草が完全に隠れていないと考えられます。

クラス	予想コース距離	
	スプリント	ミドル
ME	2.0~2.5km	5.0~6.0km
WE	1.0~1.5km	3.0~4.0km
A	1.0~1.5km	3.0~4.0km

過去地図（一部・100%（1:7,500））



泉川2022

虻田郡留寿都村

ME-1
Z

Z
3.3km/up15m

2023年3月5日
第12回
全日本スキーオリエンテーリング選手権大会
＜パシュート競技＞

2023年3月3・4・5日
スキーオリエンテーリング指導者養成講座2023

スポーツくじ

WINNER COCO BIG

調査:
2001年 野石雄市、高島和宏、榎原 靖
2002年 榎原 靖、山田健一
北海道大学オリエンテーリング部
2009年 熊谷智之、榎原 靖
（社）日本オリエンテーリング協会
北海道オリエンテーリング協会
フィンランドオリエンテーリング連盟
作図:
榎原 靖、高島和宏

縮尺 1:7,500
等高線間隔 5m

参加同意書

私は、北海道オリエンテーリング協会が主催する本大会の参加に当たり、以下の条項全てを同意した上で署名致します。また、私が未成年の場合は保護者が同意の上、共に署名致します。

1. 私は、自然環境下での競技に伴う危険性を認識し、天候の変化や不測の事態による中止または変更が有り得ることを理解し、主催者、運営スタッフの判断及び指示を順守し従います。
2. 私は、本大会において万が一、障害、損害が生じた場合の補償は保険の範囲内とし、主催者、運営スタッフ及び他の参加者に対して責任を問わず、自己の責任において処理します。
3. 私は、本大会が医療施設から離れた場所で行われることを認識し、主催者が必要性を認めた場合、主催者の選択する医療機関への搬送、応急処置、治療に従います。また、その際にかかった費用は自己の責任において処理します。
4. 私は、公益社団法人 日本オリエンテーリング協会が 2022 年 12 月 4 日に公表した「フッ素系ワックスの使用について」および 2023 年 9 月 18 日に改正された「日本スキーオリエンテーリング大会競技規則」附則 12：フッ素禁止宣言（フッ素系ワックスの使用について）の内容に賛同し、本大会でフッ素系ワックスを使用しません。
5. 現在の私の健康状態は、本大会参加に関して問題ありません。日常的なハンディキャップを持つ場合でも、参加においては問題ありません。また、私は下記の項目に該当しないことを誓います。
1) 身体的障害 2) 精神的障害 3) 酒気帯び 4) 妊娠中 5) その他体調不良
6. 私は、本大会中に撮影された動画や静止画の肖像権一切を放棄し、本大会または以降の活動報告や告知活動のためホームページなどの web 媒体、SNS、各種印刷物等に掲載・使用することに同意します。また大会成績や大会記録等をメディアその他に掲載する権利は大会主催者に属することを認めます。

記入日 西暦 _____ 年 _____ 月 _____ 日 参加クラス _____

参加者氏名 _____ 西暦 _____ 年 _____ 月 _____ 日生 (_____ 才)

保護者氏名 (未成年の場合のみ) _____

住所 _____

緊急連絡先電話番号 _____

※ 個人情報の取り扱いについて

大会主催者は個人情報の保護に関する法律を順守し、個人情報の適正な取り扱いと保護に努めます。参加者より提供された個人情報（参加者氏名・生年月日・保護者氏名・住所・電話番号・参加者の健康状態）は本大会参加同意の確認にのみ使用し、情報発信については希望者のみとします。その他の使用及び第三者への提供、開示等は一切致しません。

HOKKAIDO SKI-ORIENTEERING CHAMPIONSHIP 2025

参加者リスト

14日	15日	氏名	所属	Emitag1	Emitag2
ME	ME	安達 利雄	アークスキーチーム	北海道1001	北海道1002
ME	ME	阿部 洋	Life8	北海道1003	北海道1004
ME	ME	石原 拓巳		北海道1005	北海道1006
ME	ME	石原 湧樹	アークスキーチーム	北海道1007	北海道1008
ME	ME	木谷 弥彦	北海道OL協会	北海道1009	北海道1010
ME	ME	小浦 姿	北大OLC	北海道1011	北海道1012
ME	ME	佐賀 太一	北海道大学競技スキー部	北海道1013	北海道1014
ME	ME	柴田 達真	アークコミュニケーションズスキーチーム	北海道1015	北海道1016
ME	ME	高島 和宏	アークスキーチーム	北海道1017	北海道1018
ME	ME	寺嶋 謙一郎	ES関東C/東京農業大学オホーツク	北海道1019	北海道1020
ME	ME	山本 賀彦	OLP兵庫	北海道1021	北海道1022
ME	A	寺嶋 一樹	ES関東C	北海道1023	北海道1024
	ME	後藤 孔要	サン・スーシ/桐嶺会	北海道1025	北海道1026
WE	A	寺嶋 貴美江	ES関東C	北海道1027	北海道1028
WE	WE	荒町 美希		北海道1029	北海道1030
WE	WE	大里 真理子	アークスキーチーム	北海道1031	北海道1032
WE	WE	酒井 佳子	札幌農学校	北海道1033	北海道1034
WE	WE	佐野 響	デジタル庁/桐嶺会	北海道1035	北海道1036
WE	WE	白鳥 桂子	水篤刈	北海道1037	北海道1038
WE	WE	高野 澄佳		北海道1039	北海道1040
WE	WE	和田 真由子		北海道1041	北海道1042
A	A	荒谷 萌音	北大OLC	北海道1043	
A	A	山崎 日菜	北大OLC	北海道1045	

